

令和5年度香川県特色ある体力づくり推進学校

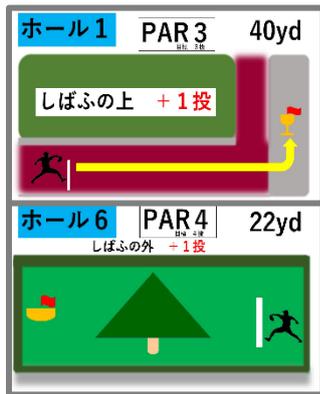
香川大学教育学部附属特別支援学校 中学部

< 生徒数 17人 3学級 >

<p>推進上の課題</p>	<ul style="list-style-type: none"> ▲ 自閉スペクトラム症に多くみられる不器用さ、ぎこちなさを特徴とする協調運動障害、ダウン症に見られる低緊張や低活動の問題がある。 ▲ 協調運動が苦手なボールを投げることに難しさを感じている。 (体力調査ボール投げの結果が低い。) ▲ 手先を使った作業や運動を苦手と感じている児童生徒が多い。 ▲ 家庭での運動の取組みが少ない。7割の家庭から運動の様子については「あまりしていないと思う」と回答があった。
<p>重点目標と全体計画</p>	<p>【重点目標】</p> <ul style="list-style-type: none"> ○ 生徒の実態や個人の目標にあわせた教材や教具、指導方法を工夫することにより、球技の苦手意識を改善し、運動を楽しみ、できる実感を増やしていく ○ 学校外の場所でも運動を実施できる工夫することにより、年間を通じて、運動を継続できるようにする。 <p>【全体計画】</p> <p>苦手な運動にチャレンジして経験不足を補うことや体を動かす機会を増やす必要があるため、中学部の保健体育科や学校行事において、運動の種目や学習内容を見直し、生徒が主体的に運動できる機会を設定する。</p> <p>特に、投球動作の改善を課題として取り組み、ソフトボール投げの記録測定（4月、10月、12月に実施）や投球動作の動画撮影を実施することにより、自己の課題を解決し、記録の伸びが数値で把握できるようにする。さらに、生徒の投球動作について、ギャラヒューの発達段階を参考にして、発達段階ごとに応じた個人の目標の設定を行う。</p>
<p>体力づくりの取組状況</p>	<p>【教材・教具や場を工夫して体育の授業】</p> <p>1 単元名 「スローイングゴルフ」 ～ FUZOKU オープンで優勝だ！ ～</p> <p>2 実施期間 令和4年9月2日（金）～10月21日（金）</p> <p>3 対象者 中学部第1学年4名、第2学年4名、第3学年1名 計9名</p> <p>4 工夫点及び概要</p> <ul style="list-style-type: none"> ・ ルールの工夫として、ゴルフを模したゲームで、クラブを使用せず、手で投げた球を何投でホールに入れることができるかを競うようにした。グループごとに分かれ、1投ごとに同じグループの中で誰が投げた球を採用するかを話し合いながら進めるルールにして、友達と作戦を考えながら取り組めるようにした。 ・ 使用するボールの工夫として、生徒が投げやすく握りやすい大きさや重さ、転がりにくさを考慮して自作した。 ・ ゴールは、逆さまにした傘を使用して狙いやすくボールが入りやすいものにした。 ・ ゴルフと同様にホール毎に投球数を設定したり、途中で障害物を設置したりすることにより、ただ遠くに投げるだけでなく、力を調整しながら投げる方向や投射角などを思考する場面を意図的に設定した。 ・ 投球の際に気を付けるポイントとして、「腕を後ろに引く」「力をためて地面を蹴る」「まともを見る」の3点にしぼり、生徒は各運動局面を確認しながら、自分の投球動作の改善点を見つけ、ポイントを意識しながら繰り返し練習する。

返し学習を進め、動きの習得ができるようにした。

- ・ 「スローイングゴルフ大会『FUZOKU オープン』で優勝したい！」という生徒の願いを達成するためには、投動作の技能習得が必要であるという必要感や自己の課題意識を持って練習できるように工夫した。
- ・ ICT機器を活用した振り返りを行い、自分と友達の振り返りを比較したり、自分自身の振り返りの変容を確認したりしながら、自己の課題解決に向けて主体的に学習に取り組むことができるように工夫した。
- ・ 学習の主な流れとして、
 - ① 準備運動は、投動作に必要なストレッチやドリル
 - ② キャッチボール
 - ③ 3グループに分かれてゲーム
 - ④ 振り返りをする。



【スローイングゴルフのホール図】



【ゲームをしている様子】

体育Aグループ	
名前()	が につ 9月 27日
① 気を付けたポイントはどこですか? ○をつけます。	
私は(腕を引くこと・足で地面をけること・まどをよく見ること)に気を付けて、なげました。	
② 投げるときに「よかったところは?」もしくは、「次はこうしたいな。」などを答えましょう。	
()	腕をしっかり引いて投げることができた。
()	腕が曲がっていたので、腕をもっとよく引いて投げたい。
()	地面をしっかりけて、投げることができた。
()	地面がぬれていなかったのも、もっとよくけて投げたい。
()	ホールをよく見て投げることができた。
()	ホールを見ることができていなかったのも、もっとよく見て投げたい。
③ 係の仕事は忘れずにできましたか? 友達と声をかけあいながら、協力して取り組みましたか?	
今日の自分の係(リーダー・スコア係・マーカー係) 協力(よくできた・できた・もう一歩)	

【授業で使用したワークシート】



【振り返りをしている様子】

【意欲的に取り組める行事の工夫】

- 1 活動名 「スローイングゴルフ」(中学部学校行事)
- 2 実施月 令和4年12月に実施
- 3 対象者 中学部全学年12名
- 4 工夫点及び概要

授業実践したことを学校行事として取り組むことにより、全ての生徒が見通しを持って主体的に活動できた。体育の授業実践した投動作の習得を活かして、運動の日常化に向けた取り組みができるようにした。

投動作に苦手意識を持っている生徒については、教員が補助したり、投動作のポイントを伝えたりしながら活動することにより、運動を楽しみながら取り組むことができるように工夫した。



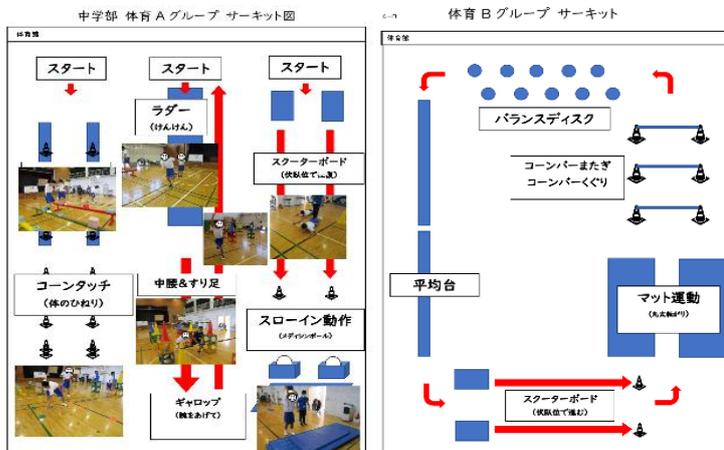
【学校行事でゲームをしている様子】

【運動習慣や生活習慣等の客観的データに基づいて、課題を設定し、年間を通した取組み】

- 1 活動名 継続した体づくりの運動
- 2 実施期間 通年の毎週月曜日～金曜日 9：15～9：35
(これまでに実施していたことを継続)
- 3 対象者 中学部全学年生徒 17名
- 4 工夫点及び概要

- ・ 毎週月曜日・金曜日は「体づくり運動」、毎週火曜日・木曜日は「ジョギング」、毎週水曜日は「クラス活動」として実施した。
- ・ 「体づくり運動」では、生徒の実態や課題を把握した上で、作業療法士からのアドバイスをもとに、教員が運動の種目を工夫した。具体的には、次の4つの運動を中心にした運動コースを作成し、3分間継続して行うサーキットコースとして取り組んだ。

- ① バランスをとりながら体を動かすこと
- ② 体幹を鍛える動き
- ③ 投球動作に必要な体をひねる動き
- ④ 腕を大きく振り下ろす動き



【サーキット運動の図】

【サーキット運動をしているところ】

【体力向上に向けた家庭・地域との連携】

- 1 活動名 運動チャレンジビデオ
- 2 対象者 中学部全学年生徒 17名
- 3 工夫点及び概要

- ・ 動画「運動チャレンジビデオ」は、難易度を2段階に設定して作成し、グループや個人の実態に応じて実施できるようにした。
- ・ 作業療法士からのアドバイスをもとに、教員が運動の種目を検討し、投球動作の向上につなげる動きとともに体づくり運動の要素を組み込んだ。
- ・ 「運動チャレンジビデオ」は、学校のホームページから視聴できるようにして、学校以外の場所（家庭）でも利用できるようにした。長期休業中には、家庭でも継続して取り組めるようにチェックシートを配布し、運動習慣の定着を図った。



【「運動チャレンジビデオ」の一部】



【運動チャレンジビデオを見ながら運動している様子】

【成果】

- 授業実践後（10月）のソフトボール投げの平均値は、4月と比べると約2m上昇し、12月も同様の記録を維持できていた。4月と比べて3mほど上昇した生徒もいた。
- ソフトボールの部活動では、投球フォームが改善して投球距離が伸びたり、コントロールが上達した生徒もいた。
- 不器用さ、ぎこちなさ等の特性がある生徒について、運動場面以外でも、ほうきやモップなどの道具を扱う動作がスムーズになった生徒も見られた。

【課題】

- 生徒の投球動作の分析した結果、助走から大きく前方へ足を踏み出す、片足にしっかり体重をかける、体をひねるなどの一連の運動がスムーズになっていない生徒が多くみられたことから、バランスをとる、大きく体を動かす、上半身と下半身の動きを連動させるなどの協調運動の課題解決に向けた本校のサーキット運動や体づくり運動を継続して行う必要がある。
- 7割の家庭から「あまり運動していない」ということであったが、「運動チャレンジビデオ」を家庭でも視聴しながら運動の習慣化を目指したが、その後の家庭での運動の取り組み状況を把握できていないため、今後も家庭との連携を継続していく。